

ADLN - PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

ABSTRACT

Getting older is a natural process which is happening in every human being. Getting older causes many alterations such as alterations in anatomy, physiology, economy and social. That condition can cause a disturbance at the consumption of nutrients at elderly people and the absorption of nutrients at the elderly people, so the number of anemia case in elderly people is being high. The purpose of this research is to know the relation between the adequacy of nutrients absorption, coffee consumption and tea consumption on anemia case at elderly.

This cross sectional research was held at Airlangga Urban Community, Gubeng District of Surabaya from March until April 2016. Sample size was 73 elderly. The research used cluster random sampling method, which taking the sample size from each cluster (*Posyandu*) proportionally based on the number of elderly at elderly health care (*Posyandu*). The research collected hemoglobin levels data using Easy Touch tool, nutrient intake using 2x24 hours Food Recall method and frequency of consumption of foods which support or inhibit iron absorption by using Food Frequency Questionnaire (FFQ). The independent variable in this research are sex, age, the adequacy of nutrients (protein, iron, vitamin C, Vitamin B₁₂ and Folic Acid), the consumption pattern that support the absorption of iron, the consumption pattern that inhibit the absorption of iron (consuming coffee or tea), and nutrient status based on Body Mass Index (BMI). Dependent variable is the case of anemia on elderly.

The result of the research shows that there is a significant relation between sex ($p=0.018$), the adequacy number of folate ($p=0.002$), tea consumption ($p=0.045$) and coffee consumption ($p=0.028$) with the anemia case at elderly people. Otherwise there is no relation between age, nutrient status based on Body Mass Index (BMI) and the adequacy of nutrients (protein, iron, vitamin C, vitamin B₁₂ and folic acid) with the anemia case on elderly.

The research recommends supplementary food program to elderly, with foods which may provide iron or iron absorption enhancer.

Keywords: elderly, anemia, coffee and tea

ABSTRAK

Menua merupakan proses yang alami yang akan terjadi oleh setiap manusia. Bertambahnya usia akan menyebabkan tubuh akan mengalami perubahan-perubahan seperti anatomi, fisiologi, ekonomi dan sosial. Hal tersebut akan menyebabkan gangguan terhadap konsumsi zat gizi pada lansia dan penyerapan zat gizi pada lansia sehingga kejadian anemia pada lansia mempunyai persentase yang tinggi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecukupan zat gizi, konsumsi kopi dan teh terhadap kejadian anemia pada lansia.

Penelitian ini merupakan penelitian Cross sectional yang dilakukan di Kelurahan Airlangga, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya pada bulan Maret-April 2016. Pengambilan sampel dengan cluster random sampling dengan mengambil sampel ditentukan secara proposional sesuai dengan jumlah lansia yang ada pada tiap posyandu lansia sebesar 73 orang. Pengumpulan data kadar hemoglobin menggunakan alat *Easy Touch*, wawancara *Food Recall 2x24 jam* dan *Food Frequency Questionare (FFQ)*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah jenis kelamin, usia, kecukupan zat gizi (kecukupan protein, zat besi, vitamin C, vitamin B₁₂ dan asam folat), pola konsumsi makanan yang mendukung penyerapan zat besi, pola konsumsi yang menghambat penyerapan zat besi (kopi dan teh), Status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh. Variable terikat adalah kejadian anemia pada lansia.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan signifikan antara jenis kelamin ($p= 0,018$), tingkat kecukupan asam folat ($p= 0,002$), konsumsi kopi ($p= 0,045$), dan teh ($p= 0,028$) dengan kejadian anemia pada lansia. Sebaliknya tidak ada hubungan antara usia, status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT), tingkat kecukupan zat gizi (kecukupan protein, zat besi, vitamin C, vitamin B₁₂), pola konsumsi yang mendukung penyerapan zat besi (konsumsi makanan sumber protein, zat besi, vitamin C, vitamin B₁₂ dan asam folat) dengan kejadian anemia pada lansia.

Penelitian ini merekomendasikan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang cukup kandungan zat besinya, atau dapat mendukung penyerapan zat besi bagi lansia.

Kata Kunci: lansia, anemia, kopi dan teh.